

沙田圍胡素貞博士紀念學校

親子跳繩比賽【賽規】

1) 比賽項目

學生個人速度賽、親子速度賽、親子合作跳、教師個人速度賽

	項目	比賽詳情	分組方式	獎項
1.	學生個人速度賽	30 秒速度賽 ● 計算次數最多者為勝	分六組 (每個年級一組)	冠、亞、季 得獎者將獲發獎牌
	比賽規則： 可以前繩、後繩、雙腳跳、單腳跳或單車步進行，不接受二重跳。裁判只會計算成功過繩的數目。			
2.	親子速度賽	二人一組 (一位學生和*家長) ● 2x30 秒速度接力賽， 總次數最多者為勝	分六組 (每個年級一組)	冠、亞、季 得獎者將獲發獎牌
	比賽規則： 2 位組員以每人 30 秒接力形式完成速度跳，並計算總成績。裁判只會計算成功過繩之數目。			
3.	親子合作跳	二人一組 (一位學生和*家長) ● 二人用「合作跳」花式一起跳繩 30 秒，次數最多者為勝	分三組 (一二年級組、三四年級組 及五六年級組、)	冠、亞、季 得獎者將獲發獎牌
	比賽規則： 2 位組員在 30 秒內完成最多的「合作跳」。裁判只會計算 2 人一起成功過繩之數目。			
4.	教師個人速度賽	30 秒速度賽 ● 試跳次數不限 ● 計算次數最多者為勝	分兩組 (男教師組 及女教師組)	冠、亞、季 得獎者將獲發獎牌
	比賽規則： 可以前繩、後繩、雙腳跳、單腳跳或單車步進行，不接受二重跳。裁判只會計算成功過繩的數目。			

*家長：指父、母、祖父、祖母、外祖父、外祖母或學生手冊中列載之監護人。

2) 速度比賽規則

A) 基本規則

運動員可以在競賽區域內選擇任何起始位置，唯繩子必須保持靜止，直至主持發號司令才開始。賽員完成賽事後將獲裁判通知有關該次比賽的跳繩次數。

B) 口號

當主持宣佈：「計時員準備，各就位，預備，“Beep”！」代表比賽開始。當再次聽到“Beep”，代表比賽結束。

C) 比賽干擾

髮飾和眼鏡必須於比賽前固定，如運動員被頭髮或髮飾干擾，將不會給予重賽機會。如髮飾和眼鏡掉落在另一組比賽範圍，並影響到其他運動員作賽，該運動員的成績可能會被取消。

D) 附加賽

每項比賽各獎項為冠、亞、季各一，如遇運動員成績相同且影響冠、亞、季獎項，同分者將被安排即時進行一場附加賽(規則不變)，若運動員不能參加附加賽作負論。

E) 其他： (1) 賽事總裁判所作出的判決為最終決定。

(2) 是次賽事將不會接納有關家長所拍下的短片作為比賽之裁決。

(3) 五、六年級之「親子速度賽」將特設大會指定記錄程序，以便之後賽事之跟進。